

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка - детский сад №60 Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБДОУ ЦРР-детский сад №60 Красносельского района СПб)

ПРИНЯТ

УТВЕРЖДАЮ

Решением педагогического совета

Заведующий ГБДОУ ЦРР детского сада № 60

Протокол от 31.08.2021г. № 1

Красносельского района СПб

Е.Н.Богомолова

Введено в действие приказом от

31.08.2021г. №115-АХД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (С 3 ДО 7/8 ЛЕТ)
В ГРУППАХ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
на 2021-2022 учебный год**

Автор:
Игнатович Е.В.
Инструктор по физической культуре
I квалификационной категории

Содержание рабочей программы

№ п/п	Разделы программы	Страницы
I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.	Пояснительная записка	4
1.1	Цели и задачи реализации Программы	4
1.2	Принципы и подходы к формированию программы.	5
1.3	Значимые для реализации Программы характеристики. Психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей:	6
1.3.1	- характеристика возрастных возможностей детей младшего дошкольного возраста.(3 - 4 г.).	6
1.3.2	- характеристика возрастных возможностей детей среднего дошкольного возраста.(4 - 5 г.).	6
1.3.3	-характеристика возрастных возможностей детей старшей группы (5 -6 лет)	8
1.3.4	-характеристика возрастных возможностей детей подготовительной к школе группы (6-7/8 лет)	9
	Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений	
1.4.	Планируемые результаты освоения воспитанниками программы. Условия и методы проведения педагогической диагностики. Целевые ориентиры. Педагогический мониторинг.	10
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	16
2.1-2.4.	Задачи и содержание работы с детьми по физическому развитию.	16
2.5.	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	27

	Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений.	
2.6.	Реализуемые программы и технологии	29
2.7.	Интеграция ОО «Физическое развитие»	31
2.8	Комплексно-тематическое планирование образовательного процесса(по возрастным группам и разделам физического развития)	35
2.9	Способы и направления поддержки детской инициативы	63
2.10	Взаимодействие с семьями воспитанников	63
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников (занятия по физическому развитию)	64
3.2	Создание развивающей предметно- пространственной среды	65
3.3.	Структура реализации образовательной деятельности.	65
3.4.	Комплексная система физкультурно- оздоровительной работы.	67
	Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений.	
3.5.	Режим двигательной активности	69
3.6.	Формы закаливания	71
3.7.	Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)	72

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа группы — локальный акт образовательного учреждения, разработанный на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и образовательной программы ГБДОУ ЦРР.

С использованием следующих нормативов:

- Конвенция о правах ребенка
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273—ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования от 17.10.2013 № 1155;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"»;
- Постановление, Санитарно-эпидемиологические правила Главного государственного санитарного врача России от 30.06.2020 №№ 16, 3.1/2.4.3598-20 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)";
- Устав ДОУ;
- Положение о музыкально-спортивном зале;
- Положение о создании условий для занятий обучающимися физической культурой и спортом.

Содержание рабочей программы способствует формированию ценностного отношения к собственному здоровью, совершенствованию двигательной активности детей, развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях через знакомство с доступными способами его укрепления, создание эмоционально – благоприятной среды физического развития.

Рабочая программа является открытой, может корректироваться и дополняться.

1.1.Цели и задачи программы:

Гармоничное физическое развитие.

- Приобретение двигательного опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость.
- Приобретение двигательного опыта в видах деятельности, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук.

- Приобретение двигательного опыта в правильном, не наносящем ущерба организму, выполнении основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).
- Овладение подвижными играми с правилами.
- Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере

Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культуры.

- Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.
- Овладение ребёнком элементарными знаниями о роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

Формирование у детей основ здорового образа жизни.

- Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).
- Овладение ребёнком элементарными знаниями о своём организме, способах укрепления собственного здоровья.

Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребёнка, развитие его положительного самоощущения.

- Удовлетворение базисной потребности ребёнка- дошкольника в движении.
- Опора на игру как ведущую деятельность и важнейший фактор здоровьесбережения ребёнка.
- Создание доброжелательной атмосферы эмоционального понятия, способствующей проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере.

1.2 Принципы и подходы к формированию программы.

- **Принцип осознанности и активности** (П.Ф.Лесгафт)- воспитание у ребёнка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм, поддержка высокой степени самостоятельности, инициативности и творчества ребёнка.
- **Принцип повторения**- формирование двигательных навыков и динамических стереотипов на основе многократного повторения упражнений, движений.
- **Принцип доступности и индивидуализации**- учёт индивидуальных особенностей ребёнка для правильного подбора доступных ему физических нагрузок.
- **Принцип непрерывности**- построение физического развития как целостного процесса.
- **Принцип системного чередования физических нагрузок и отдыха**- в разных формах двигательной активности.
- **Принцип адаптивного сбалансирования динамики нагрузок**- учёт адаптации к ним ребёнка.
- **Принцип оздоровительной направленности**- решение задач укрепления здоровья ребёнка.

- **Принцип оптимального сочетания** – фронтальных, групповых и индивидуальных способов организации деятельности.

1.3. Значимые для реализации Программы характеристики.

Психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей.

1.3.1. Возрастные особенности детей 3-4 лет

К четырем годам рост ребенка достигает 100-102 см. Вес детей в среднем 16-17 кг (между тремя и четырьмя годами прибавка в весе составляет 2 кг). Ребенок трех-четырех лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения. Он умеет правильно держать карандаш, проводит горизонтальные и вертикальные линии, осваивает изобразительные умения. Двигательная активность в этом возрасте приобретает особое значение для общего физического развития ребёнка. Дети растут, становятся выше и тоньше, у них совершенствуется координация движений, уменьшается мышечный тонус, развивается чувство равновесия. Они способны овладеть всем спектром навыков активной деятельности, начиная от самых простых (кувыркание, футбол) и заканчивая такими сложными и изящными, как набор номера телефона и умения держать вилку в руке. Ребенок владеет разнообразными действиями с предметами, хорошо ориентируется в различении таких форм, как круг, квадрат, треугольник, объединяет предметы по признаку формы, сравнивает их по размеру (по длине, ширине, высоте). Он активно стремится к самостоятельности, уверенно осваивает приемы самообслуживания и гигиены. С удовольствием самостоятельно повторяет освоенные действия, гордится своими успехами.

1.3.2. Возрастные особенности детей 4-5 лет

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития ребёнка. В этом возрасте вес увеличивается за год в среднем на 1,5-2кг, рост—на 6-7см, к пяти годам средний вес ребенка достигает 17,5-19,0кг, рост—107-110см, окружность грудной клетки—54см.

Возросли и физические возможности: движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными.

Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста, которых отличает довольно высокая возбудимость.

Особенности опорно-двигательного аппарата. К пяти годам соотношение размеров различных отделов позвоночника у ребенка становится таким же, как у взрослого, но рост позвоночника продолжается вплоть до зрелого возраста. Скелет ребенка-дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с этим детям 4—5 лет нельзя на физкультурных занятиях давать силовые упражнения, необходимо постоянно следить за правильностью их позы. Длительное сохранение одной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в

конечном итоге нарушение осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением статической позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз. Мышцы развиваются в определенной последовательности: сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Поэтому следует строго дозировать нагрузку, в частности, для мелких мышечных групп.

Органы дыхания. Потребность организма ребенка в кислороде возрастает за период от 3 до 5 лет на 40%. Происходит перестройка функции внешнего дыхания. Преобладающий у детей 2—3 лет брюшной тип дыхания к 5 годам начинает заменяться грудным. К этому же возрасту несколько увеличивается жизненная емкость легких (в среднем до 900—1060 см³), причем у мальчиков она больше, чем у девочек.

Сердечно-сосудистая система. Абсолютный вес сердца в этом возрасте равен 83,7 г, частота пульса — 99 ударов в минуту, а средний уровень кровяного давления 98/60 мм ртутного столба. Впрочем, наблюдаются большие индивидуальные колебания показателей сердечной деятельности и дыхания. Так, в 4 года частота сердечных сокращений (пульса) в минуту колеблется от 87 до 112, а частота дыхания — от 19 до 29. В возрасте 4—5 лет ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется.

Развитие органов чувств. Первые пять лет жизни — «золотая пора» развития сенсорных способностей детей. Хрусталик глаза дошкольника имеет более плоскую, чем у взрослого, форму. Отсюда и некоторая дальновзоркость. Однако легко может развиваться и близорукость.

У ребенка 4—5 лет продолжается процесс развития органа слуха. Барабанная перепонка нежна и легкоранима, окостенение слухового канала и височной кости не закончилось. Поэтому в полости уха легко может возникнуть воспалительный процесс. С ранимостью органа слуха и незавершенностью формирования центральной нервной системы связана большая чувствительность дошкольников к шуму. Если жизнь детей в группе постоянно протекает на фоне шума порядка 45—50 децибелов, наступает стойкое снижение слуха и утомление. Между тем падающие кубики и стулья, громкий разговор создают шум примерно в 70—75 децибелов. Вот почему в дошкольных детских учреждениях должна проводиться активная борьба с шумом: необходимо приучать детей правильно пользоваться игрушками, осторожно переносить стулья, говорить негромко.

Развитие высшей нервной деятельности. Центральная нервная система является основным регуляторным механизмом физиологических и психических процессов. Нервные процессы — возбуждение и торможение — у ребенка, как и у взрослого, характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К 4—5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов, повышается их подвижность. Однако нервные процессы у ребенка среднего дошкольного возраста еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. При нарушении привычных условий жизни, при утомлении это проявляется в бурных эмоциональных реакциях, несоблюдении правил поведения. Бурные эмоции, суетливость, обилие движений у ребенка свидетельствуют о том, что процесс возбуждения у него преобладает и, сохраняя тенденцию к распространению, может перейти в повышенную нервную возбудимость. Вместе с тем именно к пяти годам усиливается эффективность педагогических воздействий, направленных на концентрацию нервных процессов у детей. Поэтому на занятиях и в быту следует совершенствовать реакции ребенка на сигнал: включать в физкультурные занятия ходьбу и бег со сменой ведущего; широко использовать дидактические игры и игры с правилами. Условно-рефлекторные связи образуются у детей быстро: после 2—4 сочетаний условного сигнала с подкреплением. Но устойчивость они приобретают не сразу (лишь после 15—70 сочетаний) и не всегда отличаются прочностью. Это относится и к тем условным рефлексам, которые образованы на словесные сигналы, и к сложным системам связей. Сравнительно трудно формируются различные виды условного торможения. Поэтому чтобы научить детей 4—

5 лет соблюдать правила поведения, им мало объяснить, что можно, что нельзя и что нужно делать, необходимо постоянно упражнять их в соответствующих поступках. Важно, чтобы сложные системы связей, из которых складываются навыки, умения, упорчивались постепенно, на повторяющемся с усложнениями материале.

1.3.3. Возрастные особенности детей 5-6 лет

Возраст 5—6 лет часто называют «периодом первого вытяжения», когда за год ребенок может вырасти на 7—10 см. Но все-таки эти показатели у детей шестого года жизни чуть ниже, чем у воспитанников подготовительной группы. По средним данным, рост ребенка пяти лет составляет около 106,0—107,0 см, а масса тела — 17,0—18,0 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц — 200,0 г, а роста — 0,5 см. Каждый возрастной этап характеризуется, кроме того, разной интенсивностью роста отдельных частей тела. В течение шестого года, например, быстро увеличиваются длина конечностей, ширина таза и плеч у детей обоего пола. Вместе с тем имеются индивидуальные и половые различия в этих показателях. Например, окружность грудной клетки у девочек увеличивается интенсивнее, чем у мальчиков. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено.

Позвоночный столб ребенка пяти-шести лет также чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания на ходьбу, бег, прыжки, но затрудняются в выполнении упражнений, требующих работы мелких мышц. Основой двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. С возрастом ребенка показатели сохранения устойчивого равновесия улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. В целом в старшей группе детям по-прежнему легче даются упражнения, где имеется большая площадь опоры. Но они способны выполнять и короткие упражнения, в которых требуется опора на одну ногу, например, в подвижных играх «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу», «Совушка».

Размеры и строение дыхательных путей ребенка дошкольного возраста отличаются от таковых у взрослых. Так, они значительно уже, поэтому нарушения температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания. Жизненная емкость легких у ребенка пяти-шести лет в среднем 1100—1200 см³, но она зависит от многих факторов (длины тела, типа дыхания и др.). К семи годам у детей ярко выражен грудной тип дыхания. Число дыханий в минуту — в среднем 25. Максимальная вентиляция легких к шести годам примерно 42 дц³ воздуха в минуту. При гимнастических упражнениях она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — еще больше. Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки. Прыгать через скакалку дети могут в течение 5 минут. У многих потребность в двигательной активности настолько велика, что врачи и физиологи называют период от пяти до семи лет «возрастом двигательной расточительности». К пяти годам у ребенка по сравнению с периодом новорожденное размеры сердца увеличиваются в 4 раза. Так же интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается даже у подростков. В первые годы жизни ребенка пульс его неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя частота его к шести-семи годам составляет 92—95 ударов в минуту. Развитие высшей нервной деятельности характеризуется ускоренным формированием ряда морфо-физиологических признаков. Бурно развиваются лобные доли мозга. На шестом

году жизни ребенка совершенствуются основные нервные процессы: возбуждение и особенно торможение. Свойства нервных процессов (возбуждения и торможения) — сила, уравновешенность и подвижность — также совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. Ребенок порой медленно реагирует на экстренную просьбу, в необходимых случаях не может быстро по сигналу оттолкнуться, отскочить, отпрыгнуть и др. У детей пяти-шести лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что тоже свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов. Ребенок, например, отрицательно реагирует на смену привычного уклада жизни. С целью совершенствования подвижности нервных процессов и придания гибкости формируемым навыкам используют прием создания нестандартной (на время частично измененной) обстановки при проведении подвижных игр, режимных мероприятий и т. Д.

1.3.4. Возрастные особенности детей 6 – 7/8 лет.

Седьмой год жизни — продолжение очень важного целостного периода в развитии детей, который начинается в пять лет и завершается к семи годам. На седьмом году продолжается становление новых психических образований, появившихся в пять лет. Вместе с тем дальнейшее развертывание этих образований создает психологические условия для появления новых линий и направлений развития. В шестилетнем возрасте идет процесс активного созревания организма. Вес ребенка увеличивается в месяц на 200 граммов, рост на 0,5 см, изменяются пропорции тела. В среднем рост 7-летних детей равен 113—122 см, средний вес — 21—25 кг. Области мозга сформированы почти как у взрослого. Хорошо развита двигательная сфера. Продолжаются процессы окостенения, но изгибы позвоночника еще неустойчивы. Идет развитие крупной и особенно мелкой мускулатуры. Интенсивно развивается координация мышц кисти. Общее физическое развитие тесно связано с развитием тонкой моторики ребенка. Тренировка пальцев рук является средством повышения интеллекта ребенка, развития речи и подготовки к письму.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

№ группы	Количество детей		Группа здоровья	Слабовидящие	Кружки вне ДОО
	мальчики	девочки			
14	14	13	1-2 2-23 3-2	—	4
17	14	15	1-4 2-24 3-0 4-1	—	4

16	11	16	1-4 2-22 3-1	—	5
21	12	12	1-6 2-18	—	17

1.4. Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы (по физическому развитию)

- ✓ ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.;
- ✓ способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ✓ ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре;
- ✓ ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ✓ у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ✓ ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

Освоение образовательной программы воспитанников четвертого года жизни

Физическое развитие

- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
- Сохраняет равновесие при ходьбе и беге при ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.
- Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.
- Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 метров.

Освоение образовательной программы воспитанников пятого года жизни

Физическое развитие

- Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
- Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 метров.
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
- Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.
- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений

Освоение образовательной программы воспитанников шестого и седьмого года жизни

Физическое развитие

- Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.
- Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдении режима дня
- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа. Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см). прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см) в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.
- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом. Умеет кататься на самокате.
- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: бадминтон, футбол, хоккей.

Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной образовательной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
--	--	--	---	--

Индивидуальные достижения детей в образовательной области: «Физическое развитие»	-Наблюдение - Контрольные упражнения в игровой или соревновательной форме	2 раза в год	1-2 недели в каждой группе	Сентябрь Май
---	--	--------------	----------------------------	-----------------

Для оценки уровня сформированности двигательных навыков используются качественные показатели бега, прыжков в длину с места, метания вдаль, определённые Г. Лесковой и Н. Ноткиной, С. Прищепа, М.А. Руновой, а также «Общероссийская система мониторинга, 2001»

Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в дошкольной образовательной организации – СПб ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2014г.

Показатели физической подготовленности детей

Прыжки в длину с места (см)

Цель: определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.

Оборудование: яма с песком для прыжков; прорезиненная дорожка; мат; рулетка; мел.

Процедура тестирования: ребёнок прыгает, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляется на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками.

Результат: измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (см.), засчитывается лучшая из попыток.

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 года	мальчики	86 и выше	85 – 58	57 - 47
	девочки	79 и выше	78 – 52	51 - 42
5 лет	мальчики	108 и выше	107 – 75	74 - 62
	девочки	101 и выше	100 – 73	72 - 62
6 лет	мальчики	125 и выше	124 – 100	99 - 85
	девочки	120 и выше	119 – 91	90 - 80
7/8 лет	мальчики	135 и выше	134 – 106	105 - 96
	девочки	132 и выше	131 – 99	98 - 84

Бег на 30 метров.

Цель: оценить скоростные качества в беге на 30 м с высокого старта.

Оборудование: 2 ориентира, секундомер.

Процедура тестирования:

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, ширина 3 м). на дорожке отмечаются линии старта и финиша. Тестирование проводят двое взрослых; один находится с флажком на линии старта, второй с секундомером на линии финиша, за которой на расстоянии 5-7 м ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «Внимание» ребёнок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «Марш» -взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребёнка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время короткого отдыха (3-5 мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагаются 2 попытки. Фиксируется лучший результат.

Результат: Засчитывается лучший результат из 2 попыток.

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 года	мальчики	8.2 и выше	8.3 – 11.1	11.2 – 12.2
	девочки	8.4 и выше	8.5 – 11.2	11.3 – 13.3
5 лет	мальчики	7,8 и выше	7.9 – 9.5	9.6 – 10.2
	девочки	7,9 и выше	8.0 – 9.8	9.9 – 10.5
6 лет	мальчики	6.9 и выше	7.0 – 8.9	9.0 – 9.4
	девочки	7.6 и выше	7.7 – 8.9	9.0 – 9.6
7/8 лет	мальчики	6.5 и выше	6.6 – 8.1	8.2 – 8.7
	девочки	6.6 и выше	6.7 – 8.2	8.3 – 8.8

Выносливость.**Бег на 90 м, 120 м, 150 м (сек)**

Оборудование: 2 ориентира, секундомер

Процедура тестирования: Детям предлагается пробежать дистанцию в 90 м. Тест проводится по размеченной дорожке на территории детского сада. На дистанции проводится линия старта и финиша. Один взрослый находится на старте и подаёт команду «Внимание!» ребёнок подходит к стартовой линии. По команде «Марш!» даётся отмашка флажком и старт для бегущего, включается секундомер. При пересечении финишной линии секундомер выключается.

Результат: Выполняется одна попытка. Результат фиксируется в секундах.

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
5 лет	мальчики девочки	25.0 и выше	25.1 – 28.7	28.8 - 30.6
6 лет	мальчики девочки	29.2 и выше	29.3 – 33.7	33.8 - 35.7
7/8 лет	мальчики девочки	33.6 и выше	33.7 – 37.3	33.8 - 41.2

Гибкость

Наклон туловища вперёд из положения стоя (см)

Цель: Определить гибкость, стоя на гимнастической скамейке.

Оборудование: гимнастическая скамейка, линейка 30 см.

Процедура тестирования: Ребёнок становится на гимнастическую скамейку, (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке) и наклоняется вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребёнок кончиками пальцев. Если ребёнок не дотягивается до нулевой отметки (поверхность скамьи), то результат засчитывается со знаком «минус».

Результат: заносится в сантиметрах

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 года	мальчики	8 и выше	7 – 1	0 - -2
	девочки	10 и выше	9 – 3	2 - 0
5 лет	мальчики	9 и выше	8 – 2	1 - -2
	девочки	11 и выше	10 – 4	3 - 1
6 лет	мальчики	10 и выше	9 – 3	2 - 0
	девочки	13 и выше	12 – 5	4 – 2
7/8 лет	мальчики	11 и выше	10 – 4	3 – 1
	девочки	15 и выше	14 – 6	5 – 3

Ловкость.

«Челночный бег» 3×10

Цель: Определить способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Оборудование: секундомер, кубики 5 шт.

Процедура тестирования: ребёнок встаёт у контрольной линии, по сигналу «Марш!» (в этот момент включить секундомер) трёхкратно преодолевает 10 метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). ребёнок должен обежать каждый кубик, не задев его.

Результат: фиксируется общее время в секундах.

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 года	мальчики	11.9 и выше	12.0 – 12.5	12.6 – 13.0
	девочки	12.1 и выше	12.2 – 12.7	12.8 – 13.2
5 лет	мальчики	11.2 и выше	11.3 – 11.7	11.8 – 12.5
	девочки	11.4 и выше	11.5 – 12.2	12.3 – 12.8
6 лет	мальчики	10.6 и выше	10.7 – 11.3	11.4 – 11.8
	девочки	10.8 и выше	10.9 – 11.6	11.7 – 12.0
7/8 лет	мальчики	10.0 и выше	10.1 – 10.9	11.0 – 11.4
	девочки	10.2 и выше	10.3 – 11.1	11.2 – 11.6

Сила.

Цель: определить уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности.

Оборудование: набивной мяч массой 1 кг.

Процедура тестирования: ребёнок встаёт у контрольной линии, берёт мяч и бросает его как можно дальше; при этом одна нога впереди, другая сзади. При броске мяча ступни ног не должны отрываться от пола. Выполняется две попытки.

Результат: фиксируется лучший результат в (м.)

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 года	мальчики	2.05 и выше	2.04 – 1.65	1.64 – 1.25
	девочки	1.90 и выше	1.89 – 1.55	1.54 – 1.10
5 лет	мальчики	2.60 и выше	2.59 – 2.10	2.09 – 1.65
	девочки	2.30 и выше	2.29 – 1.99	1.80 – 1.40

6 лет	мальчики	3.40 и выше	3.39 – 2.60	2.59 – 2.15
	девочки	3.00 и выше	2.99 – 2.30	2.29 – 1.75
7/8 лет	мальчики	4.00 и выше	3.99 – 3.01	3.00 – 2.70
	девочки	3.50 и выше	3.49 – 2.60	2.59 – 2.20

2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Извлечение из ФГОС ДО

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

- двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

2.Содержание образовательной деятельности с детьми.

2.1.Четвертый год жизни. 2-я младшая группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.
- 4.Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
5. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх.

Содержание образовательной деятельности			
Двигательная деятельность	<i>Построения и перестроения:</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ свободное, в рассыпную, в полукруг ▪ в колонну по одному, по два (парами) ▪ в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве ▪ повороты на месте с переступанием 	
	<i>Общеразвивающие упражнения.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ традиционные двухчастные с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног ▪ с сохранением правильного положения тела ▪ с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). ▪ начало и завершение выполнения упражнений по сигналу 	
	Основные движения	<i>Ходьба.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями ▪ ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног ▪ ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам ▪ ходьба с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа ▪ ходьба между линиями, шнурами, по доске ▪ ходьба и бег со сменой темпа и направления
		<i>Бег.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Группами и одному в прямом направлении, ▪ Друг за другом по кругу, ▪ На носочках, с остановками, меняя направление. ▪ Убегать от ловящего, ловить убегающего.
		<i>Прыжки.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги ▪ Прыжки на месте и с продвижением вперед. ▪ Перепрыгивать через линии, из обруча в обруч.
		<i>Катание, бросание, метание.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Прокатывание мячей прямо и в воротики, ▪ Бросание вверх и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди. ▪ Бросание мяча об пол и ловля. ▪ Бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели.
		<i>Ползание, Лазание.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом ▪ перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола.
		<i>Равновесие</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по прямой и извилистой дорожке ▪ Ходьба по скамейке, ребристой дорожке ▪ Ходьба по приставной доске ▪ Остановка по сигналу во время бега

	<i>Музыкально-ритмические упражнения.</i> <i>Спортивные упражнения.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых.
	<i>Подвижные игры.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Основные правила в подвижных играх.
	Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами	<ul style="list-style-type: none"> ▪ элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья ▪ элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью ▪ основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

2.2 Пятый год жизни. Средняя группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.
4. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Содержание образовательной деятельности		
Двигательная деятельность	<i>Порядковые упражнения.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ построение в колонну по одному по росту ▪ перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего ▪ самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам ▪ повороты с переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте
	<i>Общеразвивающие упражнения.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ традиционные четырехчастные, с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром) ▪ выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук ▪ наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

Основные движения	<i>Ходьба.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). ▪ Ходьба на носках, пятках, широким и мелким шагом. ▪ Ходьба с мешочком на голове. ▪ Ходьба со сменой ведущего, чередуя ходьбу с бегом. ▪ Ходьба «змейкой»
	<i>Бег.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ активный толчок и вынос маховой ноги ▪ бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия ▪ Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера ▪ бег «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен ▪ бег со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.) ▪ бег на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза) ▪ челночный бег (5×3=15), ведение колонны.
	<i>Прыжки.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног ▪ ноги вместе — ноги врозь ▪ с хлопками над головой, за спиной ▪ прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево) ▪ прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см) ▪ прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места ▪ вверх с места (впрыгивание на высоту 15—20 см) ▪ прыжки в длину с места и с небольшого разбега.
	<i>Бросание, ловля, метание</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ловля мяча с расстояния 1,5 м ▪ отбивание его об пол не менее 5 раз подряд ▪ Метание в вертикальную и горизонтальную цель.
	<i>Ползание, лазание.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ползание разными способами ▪ пролезание между рейками лестницы, поставленной боком ▪ ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату ▪ лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек ▪ перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек
	<i>Равновесие</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по гимнастической скамейке, ставя ногу с носка. ▪ Ходьба по шнуру, по доске. ▪ Вбегать на наклонную доску и спускаться с нее. ▪ Стоять на одной ноге, вторая поднята вперед, коленом в сторону.

	<i>Ритмические движения</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ танцевальные позиции (исходные положения) ▪ элементы народных танцев ▪ разный ритм и темп движений ▪ элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу ▪ ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки
	<i>Подвижные игры.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Правила ▪ Функции водящего ▪ игры с элементами соревнования ▪ подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук ▪ быстроты реакции ▪ скоростно-силовых ▪ качеств, координации, гибкости, равновесия
	<i>Спортивные упражнения.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полувелочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой ▪ скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное ▪ катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске) ▪ катание на санках друг друга ▪ катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами.
	<i>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека ▪ о вредных привычках, приводящих к болезням ▪ об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить ▪ основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья ▪ элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью ▪ основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур

2.3. Шестой год жизни. Старший возраст.

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).
2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.
4. Развивать творчество в двигательной деятельности.

5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.
9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания

Содержание образовательной деятельности			
Двигательная деятельность	Порядковые упражнения.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров ▪ способы перестроения в 2 и 3 звена ▪ сохранение дистанции во время ходьбы и бега ▪ повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. ▪ Повороты кругом на месте. 	
	Общеразвивающие упражнения.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ четырехчастные, шестичастные традиционные с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией ▪ освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела ▪ способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами ▪ подводящие и подготовительные упражнения ▪ представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега — отталкивания, группировки и приземления, в метании — замаха и броска. 	
	Основные движения	Ходьба.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ энергичная ходьба с сохранением правильной осанки. ▪ Ходьба приставным шагом. ▪ Широким и мелким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом. ▪ С выполнением упражнений руками.
		Бег.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ на носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. ▪ в медленном темпе 350 м по пересеченной местности ▪ в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза) ▪ челночный бег 3×10 м в медленном темпе (1,5—2 мин)

	<p>Прыжки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ на месте: ноги скрестно — ноги врозь ▪ одна нога вперед, другая назад ▪ попеременно на правой и левой ноге 4—5 м ▪ прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см) ▪ впрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см) ▪ подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки ▪ прыжки в длину с места (80—90 см), ▪ в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м ▪ в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м ▪ прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место ▪ прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад
	<p>Бросание, ловля, метание</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами) ▪ прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами ▪ бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд ▪ отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м) ▪ перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю) ▪ метание вдаль (5—9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5—4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо.
	<p>Ползание, лазание.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке ▪ подтягивание на скамейке с помощью рук ▪ передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне ▪ ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна) ▪ подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см) ▪ лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног ▪ лазание ритмичное, с изменением темпа ▪ лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом
	<p>Равновесие</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по скамейке с мешочком на голове, с приседанием на середине скамейки. ▪ Ходьба по скамейке с перешагиванием предметов. ▪ Остановка с приседанием после бега. ▪ Стоять на одной ноге (поза «Аист») ▪ Делать «ласточку»

	Подвижные игры.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков ▪ игры- эстафеты ▪ правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих ▪ самостоятельное проведение подвижных игр.
	Спортивные игры.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ баскетбол: перебрасывание мяча друг другу от груди ▪ ведение мяча правой и левой рукой, забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди, игра по упрощенным правилам ▪ бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении, игра с воспитателем ▪ футбол: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3—5 м); игра по упрощенным правилам.
	Спортивные упражнения.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ скольжение по ледяным дорожкам.
<p>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</p>		<ul style="list-style-type: none"> ▪ признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека ▪ правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки ▪ особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома ▪ некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения ▪ представление о собственном здоровье и здоровье сверстников ▪ об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания

2.4.Седьмой (восьмой) год жизни. Подготовительная группа.

Задачи образовательной деятельности

- 1.** Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.
- 2.** Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.
- 3.** Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
- 4.** Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.

5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.
6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.
8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Содержание образовательной деятельности			
Двигательная деятельность	<i>Порядковые упражнения.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ способы перестроения ▪ самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения ▪ перестроение четверками. 	
	<i>Общеразвивающие упражнения.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные упражнения с одноименными, разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног ▪ парные упражнения ▪ упражнения в парах и подгруппах ▪ выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами ▪ упражнения с разными предметами, тренажерами 	
	Основные движения	<i>Ходьба.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом ▪ выпадами, в приседе, спиной вперед ▪ приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами
		<i>Упражнения в равновесии.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях ▪ ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом неся мешочек с песком на спине ▪ приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки ▪ поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок ▪ ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты ▪ ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком ▪ стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее ▪ прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности ▪ стоять на носках

	<i>Упражнения в равновесии.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке на мяче (вес 3 кг) ▪ кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру
	<i>Бег.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия ▪ через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.) ▪ сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием ▪ с преодолением препятствий в естественных условиях ▪ пробегать 10 м сворачиваться кругом, взмахивая руками вверх ▪ балансировать на большом набивном наименьшим числом шагов ▪ бегать в спокойном темпе до 2—3-х минут ▪ пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой ▪ пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м ▪ выполнять челночный бег (5×10 м) ▪ пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами ▪ бегать наперегонки; на скорость — 30 м.
	<i>Прыжки.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления ▪ подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом ▪ смещая ноги вправо — влево ▪ сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза ▪ прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м ▪ перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом ▪ через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед ▪ выпрыгивание вверх из глубокого приседа ▪ подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет ▪ впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них ▪ прыжки в длину с места (не менее 100 см) ▪ в длину с разбега (не менее 170—180 см) ▪ в высоту с разбега (не менее 50 см) ▪ прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу ▪ бег со скакалкой ▪ прыжки через большой обруч, как через скакалку

	<i>Прыжки.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее ▪ пробегание под вращающейся скакалкой парами
	<i>Метание.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами ▪ метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и др.) разными способами. ▪ точное поражение цели
	<i>Лазание.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами ▪ проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд ▪ быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице ▪ по канату (шесту) способом «в три приема»
	<i>Подвижные игры.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ организовать знакомые игры с подгруппой сверстников ▪ игры-эстафеты ▪ игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения.
	<i>Спортивные игры.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ правила спортивных игр ▪ <i>баскетбол</i>: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении ▪ контролировать свои действия в соответствии с правилами ▪ вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы ▪ <i>футбол</i>: способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр ▪ <i>бадминтон</i>: правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее ▪ <i>хоккей</i>: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота
	<i>Спортивные упражнения.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>катание на самокате</i>: отталкивание одной ногой ▪ катание на санках ▪ скольжение по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами ▪ скольжение с невысокой горки

<p>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ здоровье как жизненная ценность ▪ правила здорового образа жизни ▪ некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья ▪ связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности ▪ некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду ▪ гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).
---	---

2.5. Основными средствами физического воспитания являются:

- Физические упражнения
- Гигиенические факторы
- Природные факторы

Средства	Направленность
Физические упражнения	
<p><i>Гимнастика:</i> основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание, упражнения в равновесии), общеразвивающие упражнения, построения и перестроения, танцевальные упражнения.</p> <p><i>Спортивные упражнения:</i> катание на санках, велосипеде, скольжение по ледяным дорожкам, ходьбе на лыжах и др.</p> <p><i>Подвижные игры</i> (сюжетные, бессюжетные), игры с элементами спорта (городки, настольный теннис, хоккей).</p> <p><i>Простейший туризм:</i> прогулки и экскурсии за пределы участка детского сада.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Используются для решения оздоровительных, воспитательных и образовательных задач. ▪ Формируют целостный двигательный режим, отвечающий возрастным и индивидуальным особенностям каждого ребёнка.
Гигиенические факторы	
<p>Режим труда и отдыха Питание Гигиену одежды, обуви, физкультурного оборудования</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Формируют основы здорового образа жизни. ▪ Используются для решения оздоровительных, воспитательных и образовательных задач.
Эколого- природные факторы	

<i>Среда обитания человека</i> (солнце, воздух, земля, вода)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Формируют основы здорового образа жизни. ▪ Используются в качестве закаливающих процедур.
--	--

В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи.

Виды деятельности	Цели и задачи
<i>Общеразвивающие упражнения:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • направлены на развитие координационных способностей • гибкости и подвижности в суставах • укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега
<i>Развитие гибкости:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • широкие стойки на ногах • ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, с взмахом ногами • наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах • выпады и полу шпагаты на месте • высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя на месте и при передвижениях
<i>Развитие координации:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • произвольное преодоление простых препятствий • передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе • ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы • игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя) • преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие • равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия • упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие • упражнения на расслабление отдельных мышечных групп • передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу
<i>Формирование осанки:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой • виды стилизованной ходьбы под музыку • комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета
<i>Развитие силовых способностей:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки)

	<ul style="list-style-type: none"> • перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа • отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку • прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево) • прыжки вверх- вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик
<i>Развитие координации:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре • пробегание коротких отрезков из разных исходных положений • прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно
<i>Развитие быстроты:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений • челночный бег • ускорение из разных исходных положений • броски в стенку и ловля мяча среднего диаметра в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами
<i>Развитие выносливости:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями • повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха) • равномерный 3-х минутный бег
<i>Развитие силовых способностей:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • повторное выполнение много скоков • повторное преодоление препятствий (15-20 см) • передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений • метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди) • прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте • прыжки по разметкам в полуприседе и приседе • запрыгивание с последующим спрыгиванием

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

2.6. Программы:

- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду:
- Парциальная программа для детей дошкольного возраста «Йога для детей» (Т.А. Иванова)

Технологии:

- Здоровьесберегающие технологии;
- Технологии проектной деятельности;
- Личностно-ориентированные технологии;
- Информационно-коммуникационные технологии;
- Личностно-ориентированные технологии;
- Игровая технология;
- Дистанционные.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- Подвижные и спортивные игры
- Гимнастика пальчиковая
- Гимнастика для глаз
- Гимнастика дыхательная
- Гимнастика корригирующая

Дыхательная гимнастика проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы с использованием звукопроизношения на выдохе. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

Пальчиковая гимнастика проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

Корригирующая ортопедическая гимнастика используется для профилактики плоскостопия с использованием массажных дорожек, прекрасно массирует ступни малыша, укрепляет мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни

- Физкультурное занятие
- Точечный самомассаж
- Самомассаж

Здоровьесберегающие образовательные технологии - это в первую очередь технология воспитания валеологической культуры или культуры здоровья малышей. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Иными словами, важно достичь такого результата, чтобы дети, переступая порог «взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

Также большую пользу приносит Самомассаж.

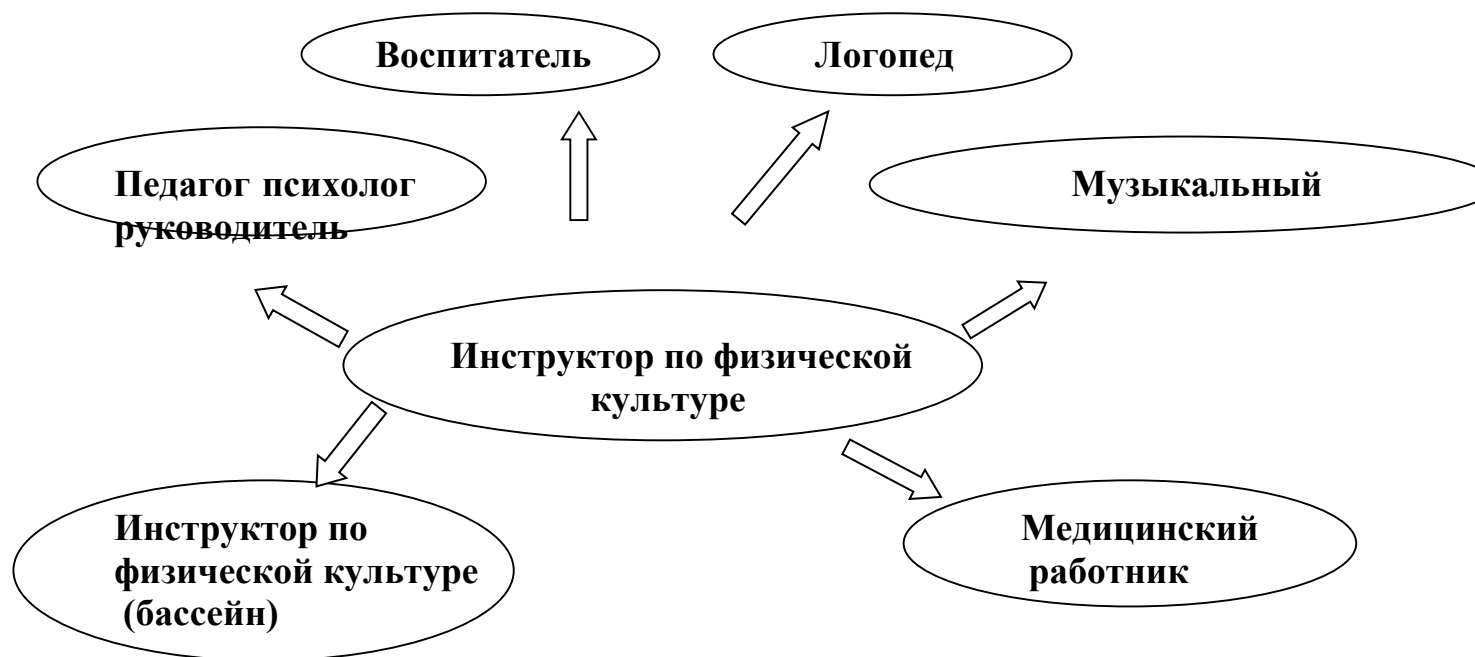
Самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребёнком в игровой форме. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики.

Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке и в любое время.

2.7. Интеграция ОО «Физическое развитие»

Образовательная область «Физическое развитие» интегрирована с остальными образовательными областями дошкольного образования:

- ✓ социально-коммуникативное развитие
- ✓ познавательное развитие
- ✓ речевое развитие
- ✓ художественно-эстетическое развитие



Интеграция ОО «Физическое развитие»	
по задачам и содержанию психолого-педагогической работы	по средствам организации и оптимизации образовательного процесса
<p>«Художественно-эстетическое развитие» (развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств)</p> <p>«Познавательное развитие» (в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности)</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» (развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение; приобщение к ценностям)</p>	<p>«Художественно-эстетическое развитие» -использование продуктивных видов деятельности и музыкально-ритмических движений. Накопление опыта здоровьесберегающего поведения в труде, освоение культуры здорового труда. Развитие продуктивной и музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей с использованием народных традиционных игр.</p> <p>«Речевое развитие» -использование художественных произведений для обогащения и закрепления представлений и воображения детей для освоения двигательных эталонов в</p>

<p>физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности; накопление опыта двигательной активности)</p>	<p>творческой форме, моторики для успешного освоения указанных областей.</p> <p>Использование спортивных и подвижных игр с правилами.</p> <p>Накопление опыта двигательной активности в трудовой деятельности.</p>
---	--

Месяц	Дата проведения	Мероприятие	Ответственные	Возраст	Предварительная работа	Итоговая работа
Месяц	Дата проведения	Мероприятие	Ответственные	Возраст	Предварительная работа	Итоговая работа
Сентябрь	Весь месяц	Консультации для родителей, Диагностика. Круглый стол с инструкторами по физической культуре. Обсуждение планирования работы на год Папа, мама, я-спортивная семья (сад)	Все специалисты, воспитатели	Все старший дошкольный возраст	Анкеты, консультации, информационные стенды	Консультации для родителей «Гигиеническое значение спортивной формы»
Октябрь	Весь месяц	«Как воспитать здорового ребенка» Анкетирование «Спортивные секции»	Инструктор по физ. воспитанию	Все	Круглый стол с воспитателями и специалистами	Праздник «Осенние старты» Консультация «Кто спортом занимается, тот силы набирается.»
		Диагностика	Все специалисты	Старший, средний	План	Обсуждение результатов

Ноябрь	Весь месяц	Интеллектуальный батл с инструкторами по физической культуре «Методика физического воспитания дошкольников» Семинар «Игры по профилактике осанки и плоскостопия»	Инструктора по физ. воспитанию, заместитель заведующего по В.О.Р.	Все	Сценарии мероприятий	Досуг
Декабрь	Весь месяц	Зимние спортивные развлечения IV этап спартакиады «Веселые старты»	Инструктор по физ. воспитанию	Все	Сценарии мероприятий	Интегрированные занятия Консультация «ГТО»
Январь	2-3 неделя	Неделя здоровья Фитнес тренинг для педагогов	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	Разработка сценариев Беседа в группах о зимних видах спорта	Праздник Консультация «Подвижные игры в зимний период»
Февраль	15-23	Спортивный праздник «23 февраля»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст	Подарок для папы. Сценарии мероприятий	Спортивный праздник Консультация «В здоровом теле – здоровый дух.»
Апрель		Семинар «Работа со спортивным инвентарем»	Все	Все	По плану	Интегрированные занятия
		Масленичная неделя I этап Спартакиады «Танцевальная мозаика»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	Костюмы ряженных. Сценарии мероприятий	Праздничные гуляния

	2 неделя	«Загадочный космос»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Старшие группы	Сценарии мероприятий	Игра по станциям
	Весь месяц	II этап Спартакиады «Танцевальная мозаика»	Инструктор по физ. воспитанию, воспитатели	Старшие группы	По плану	Соревнования
Май	Весь месяц	Диагностика Семинар «Формирование здорового образа жизни. Активный отдых» Создание спортивного альманаха выпускных групп	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст		Консультация «Поиграем в футбол.»
	4 неделя	Подведение итогов работы, подготовка к итоговому педагогическому совету	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все		Педагогический совет
Июнь	1 неделя	«День защиты детей!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Праздник
	2 неделя	«День России!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Конкурс рисунков
Июль	4 неделя	«Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст	По плану	Игра по станциям
	1 неделя	«Разноцветный мир!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Конкурс рисунков на асфальте
	3 неделя	«Ребенок в мире природы»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Игры по станциям

Август	1 неделя	«Здоровейка!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст		Игры - соревнования по летним видам спорта
		«Внимание дорога!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Игры-эстафеты по правилам дорожного движения
		Подведение итогов летней оздоровительной работы, составление планов работы на 2022-2023 учебный год	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель, заместитель заведующего по В.О.Р.			
		«Внимание дорога!»	Все специалисты, воспитатели, заместитель заведующего по воспитательной - образовательной работе.	Все	По плану	Игры-эстафеты по правилам дорожного движения.
		Подведение итогов летней оздоровительной работы, составление планов работы на 2020-2021 учебный год.	Все специалисты, воспитатели, заместитель заведующего по воспитательной - образовательной работе.			

2.8.Комплексно- тематическое планирование.

Содержание рабочей Программы реализуется с учетом комплексно-тематического принципа построения воспитательно-образовательного процесса, который предусматривает объединение комплекса различных видов специфических детских деятельностей вокруг единой «темы».

Комплексно- тематическое планирование. Младший возраст.

Месяц	Образовательные области	Темы/ направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Итоговая форма работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)	Взаимодействие со специалистами
СЕНТЯБРЬ	Социально-коммуникативное развитие	«ЗДРАВСТВУЙ ДЕТСКИЙ САД, ЗДРАВСТВУЙТЕ, СПОРТСМЕНЫ!»	Способствовать участию детей в совместных играх, помогать детям доброжелательно общаться друг с другом	Тематические развлечения «Спортивная полянка» «В гости к игрушкам» «Путешествие на поезде» Досуг «Поиграем!»	
	Речевое развитие		Разучивать стихи- потешки для пальчиковой гимнастики		
	Художественно-эстетическое развитие	Разучивать ритмические движения для танцевальной разминки			
	Познавательное развитие	Формировать представления детей со спортивным инвентарем , его назначением.			
	Физическое развитие	Последняя неделя – неделя безопасности дорожного движения Формировать навыки : с ходьбой и бегом в заданном направлении, с прыжками на двух ногах на месте, с прокатыванием мяча в воротики, упражнениями на равновесие.			
ОКТАБРЬ	Социально-коммуникативное развитие	«ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ. ОСЕННИЕ СКАЗКИ»	Сюжетный игры. Соблюдение правил в играх.	Тематические развлечения «В гости к зайчику» «Прогулка в лес» «В гостях у ежика»	
	Речевое развитие		Выполнять упражнения под стихи, повторяя с воспитателем. Пальчиковая гимнастика «Дождик»		
	Художественно-эстетическое развитие		Разучивать музыкально-ритмические композиции «Осень», «Зайчик»		
	Познавательное развитие		Формировать представления детей об осенних дарах природы, о природных изменениях в осеннем лесу.		

	Физическое развитие		Развивать умения: ходить и бегать по кругу, прыгать на двух ногах с продвижением вперед, сохранять равновесие при ходьбе по извилистой дорожке, лазать по гимнастической стенке. Формировать навык энергичного отталкивания мячей при прокатывании по прямой.	Досуг «Веселые зайчата»	Воспитатели, музыкальный руководитель
НОЯБРЬ	Социально-коммуникативное развитие	Первая неделя – День народного единства	Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений.	Тематические развлечения «Мышата» «Котята» «В гости к Мишке»	Учитель-логопед
	Речевое развитие		Выполнять упражнения под стихи, разучивание потешек в пальчиковой игре «Этот пальчик в лес ходил»		
	Художественно-эстетическое развитие	Разучивать музыкально-ритмические композиции с имитацией движений животных.			
	Познавательное развитие	Познакомить детей с поведением домашних животных.			
	Физическое развитие	«В ГОСТЯХ У ЗВЕРЯТ»	Упражнять: в прыжках из обруча в обруч; прокатывании мяча; в сохранении равновесия при ходьбе по доске, Учить бросать мяч от груди, правильной координации рук и ног при перелезании через препятствие, находить себе пару после бега.		
ДЕКАБРЬ	Социально-коммуникативное развитие		Постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь выполнить задание.	Тематические развлечения «Прогулка в зимний лес» «Веселые снежинки» «День Рождения Зайки»	
	Речевое развитие		Развивать диалоговую форму речи в подвижных играх.		

	Художественно-эстетическое развитие	ЗИМУШКА-ЗИМА К НАМ ПРИШЛА.»	разучивать танцевально-ритмические композиции «Елочка», «Новый год»	Досуг «Зимние сказка»	Воспитатели, музыкальный руководитель
	Познавательное развитие		Формировать знания детей о зимних явлениях природы		
	Физическое развитие		Развивать навык приземления на полусогнутые ноги при прыгивании в глубину; в прокатывании мяча; подлезать под шнур. Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его, пробовать ловить мяч с ударом об пол, метать мяч в вертикальную цель. Упражнять в прыжках в длину, в лазании и равновесии.		
ЯНВАРЬ	Социально-коммуникативное развитие	«Зимние забавы»	Поощрять игры, в которых развиваются навыки лазания, ползания; игры с мячами, развивающие ловкость движений	Тематические развлечения «Веселые ребята»	
	Речевое развитие		Развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и сверстниками.		
	Художественно-эстетическое развитие		Разучивать музыкально-ритмические композиции «Спортом занимаемся!», «Автомобили». Развивать творческое воображение и пластичность движений.		
	Познавательное развитие		Формировать навыки детей с правилами дорожного движения.		
	Физическое развитие	Последняя неделя – Неделя здоровья	Формировать умение: строится парами; мягко приземляться на полусогнутые ноги; сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры. Формировать навыки правильному замаху при метании в горизонтальную цель, хвату и постановке стопы при лазании по гимнастической стенке.	«Зимние забавы»	Учитель-логопед, психолог

			Продолжать формировать навыки перестроению из колонны в пары, ловле мяча при бросании вверх и об пол.		
ФЕВРАЛЬ	Социально-коммуникативное развитие	«ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА»	Развивать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазания, ползания; игру с мячом.	Тематические развлечения «Птичка и птенчики» «Прогулка в парк»	Воспитатели, музыкальный руководитель
	Речевое развитие		Формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого.		
	Художественно-эстетическое развитие		Музыкально-ритмические композиции «Спортом занимаемся», «Ладушки»		
	Познавательное развитие		Разучивать подвижные игры на основе народного фольклора..		
	Физическое развитие		Продолжать формировать умения правильному замаху руки при метании в вертикальную цель. Формировать навык в ползании на четвереньках по уменьшенной площади опоры, в подлезании под воротики. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, кружении в разные стороны ,в ходьбе с изменением направления по сигналу.		
МАРТ	Социально-коммуникативное развитие		Развивать активность детей в двигательной деятельности, формировать первичные гендерные представления	Тематические развлечения «Прогулка в весенний лес» «Колобок»	
	Речевое развитие		Формировать потребность делиться своими впечатлениями с воспитателями и родителями		
	Художественно-эстетическое развитие		Разучивать элементы ритмического танца «Колобок». Развивать выразительность		

	Познавательное развитие	«ВЕСНА ПРИШЛА»	движений через передачи образа сказочного героя.	Досуг «Мамины помощники»	Воспитатели, учитель – логопед.
	Физическое развитие		Формировать умение прыгать в длину с места; перестраиваться в 2 колонны по ориентирам, правильный хват за рейки лестницы при лазании. Продолжать упражнять в правильном броске мяча от груди и снизу		
АПРЕЛЬ	Социально-коммуникативное развитие	«ВЕСЕННИЕ ХЛОПОТЫ»	Постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, формировать уважительное отношение к окружающим, соблюдать правила игры.	Тематические развлечения «У солнышка в гостях» «Мой веселый звонкий мяч»	
	Речевое развитие		На основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей.		
	Художественно-эстетическое развитие		Разучивать ритмические композиции		
	Познавательное развитие		Формировать знания о весенних изменениях в природе.		
	Физическое развитие	Последняя неделя – День пожарной охраны	Продолжать формировать правильную осанку. Упражнять в бросании и ловле мяча, прокатывании мяча в воротики, в прыжках в длину с места, лазании по гимнастической лестнице.	Досуг «Поиграем!»	
МАЙ	Социально-коммуникативное развитие		Развивать умение согласовывать свои действия с действиями других детей	Тематические развлечения «Мы – гимнасты»	
	Речевое развитие		Выполнять упражнения под стихотворение		

	Художественно-эстетическое развитие	«НАШ СПОРТИВНЫЙ СТАДИОН»	Выполнять ритмическую композицию «Зарядка», выполнять упражнения с короткими лентами.	«На зарядку становись!»	Воспитатели, музыкальный руководитель
	Познавательное развитие		Формировать представления о форме, цвете, количестве лепестков.		
	Физическое развитие		Формировать умение замаха рукой при метании в вертикальную и горизонтальную цель, мягко приземляться при перепрыгивании через препятствие, энергичный замах при перебрасывании мяча через натянутую веревку		
ИЮНЬ	Социально-коммуникативное развитие	«СОЛНЦЕ ВОЗДУХ И ВОДА – НАШИ ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ!»	Развивать умение согласовывать свои действия с действиями других детей	Тематические развлечения «У солнышка в гостях»	Воспитатели, музыкальный руководитель
	Речевое развитие		Выполнять упражнения под музыкальное сопровождение.		
	Художественно-эстетическое развитие		Выполнять ритмические композиции, выполнять упражнения с флажками.		
	Познавательное развитие		Формировать представления о форме, цвете, количестве лепестков.		
	Физическое развитие		Продолжать формировать правильную осанку. Упражнять в бросании и ловле мяча, прокатывании мяча в воротики, в прыжках в длину с места, лазании по гимнастической лестнице		
	Социально-коммуникативное развитие		Постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь выполнить задание.	Тематические развлечения «Спортивная полянка» «В гости	
	Речевое развитие		Выполнять упражнения под музыкальное сопровождение.		

	Художественно-эстетическое развитие	«НАШ РАЗНОЦВЕТНЫЙ МИР, В КОТОРОМ МЫ ЖИВЕМ!»	Разучивать музыкально-ритмические композиции с имитацией движений животных..	к игрушкам» Упражнения на дыхание	
	Познавательное развитие		Формировать представления о форме, цвете.		
	Физическое развитие		Развивать навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании в глубину; в прокатывании мяча; подлезать под шнур. Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его, пробовать ловить мяч с ударом об пол, метать мяч в вертикальную цель. Упражнять в прыжках в длину, в лазании и равновесии.		
АВГУСТ	Социально-коммуникативное развитие	«ЛЕТНИЙ ОТДЫХ. »	Развивать умение согласовывать свои действия с действиями других детей	Тематические развлечения «У солнышка в гостях»	
	Речевое развитие		Выполнять упражнения под музыкальное сопровождение.		
	Художественно-эстетическое развитие		Выполнять ритмическую композицию, выполнять упражнения с лентами.		
	Познавательное развитие		Формировать представления детей о дарах природы, о природных изменениях летом.		
	Физическое развитие		Формировать умение замаха рукой при метании в вертикальную и горизонтальную цель, мягко приземляться при перепрыгивании через препятствие, энергичный замах при перебрасывании мяча через натянутую веревку. «Красный шарик» — развивать речевое дыхание, формировать умение делать плавный и длительный выдох		
				Досуг «Поиграем!»	Воспитатели, музыкальный руководитель
				Досуг: «Школа Светофора»	Воспитатели, музыкальный руководитель

Комплексно- тематическое планирование. Средний возраст

Месяц	Образовательные области	Темы/ направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)	Взаимодействие со специалистами
СЕНТЯБРЬ	Социально-коммуникативное развитие	«Весёлые детки»	Формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, проведении подвижных игр.	Занятия: «Веселые мячи» «Поездка в парк»	
	Речевое развитие		Обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывание детей		
	Художественно-эстетическое развитие		Музыкально-ритмическая разминка, «Веселая зарядка»		
	Познавательное	Последняя неделя – неделя безопасности дорожного движения	Формировать знания о здоровом образе жизни, о пользе зарядки.		
	Физическое развитие		Формировать умения: в ходьбе и беге в колонне; энергично отталкиваться в прыжках; подбрасывать мяч вверх, вниз с отскоком от пола и ловить двумя руками. Продолжать учить энергичному маху руками и устойчивому приземлению при прыжках в длину с места. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по шнуру, в меткости при метании в горизонтальную цель.	Досуг «Мы - весёлые туристы»	
ОКТАБРЬ	Социально-коммуникативное развитие	«ЗДРАВСТВУЙ ОСЕНЬ ЗОЛОТАЯ!»	Учить доброжелательности и взаимопомощи в отношении товарищей по команде при выполнении командного задания.		
	Речевое развитие		На основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей.		

	Физическое развитие	« Мы растём здоровыми.»	Формировать навык: сохранять устойчивое положение при ходьбе по ограниченной опоре; развивать глазомер при метании в вертикальную цель и прокатывании мяча в цель, упражнять в метании в горизонтальную цель, в перелезании через препятствие.	Занятие «Путешествие в осенний лес» «Солнышко и тучка»	
	Художественно-эстетическое развитие		Музыкально-ритмические композиции с листиками, «Дождик».	Досуг « Мы растём здоровыми.»	Учитель-логопед
Н О Я Б Р Ъ	Социально-коммуникативное развитие	Первая неделя – День народного единства	Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей по команде.	Занятия «Котята и щенята» «Автомобилисты»	Воспитатели.
	Речевое развитие		Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность		
	Художественно-эстетическое развитие	«В ГОСТИ К ИГРУШКАМ» , «Моя мама лучше всех.»	Танцевально-ритмические композиции «Автомобили», упражнения на выразительность движений «Котята»	Праздник	Музыкальные руководители, воспитатели, учитель-логопед
	Физическое развитие		Формировать навык: ходьбы по кругу, взявшись за руки; катании обручей по прямой, бросание мяча о землю и ловля его двумя руками, прыжков на двух ногах через несколько предметов подряд (кубики, полоски); упражнять в активном броске мяча двумя руками через веревку.		
Д Е К А Б Р Ъ	Социально-коммуникативное развитие	«ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ»	Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками, переживать за успех команды при эстафетных играх.	Занятие «В поход» «В зимнем лесу»	
	Художественно-эстетическое развитие		Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения, правила проведения игр –эстафет.		
	Худ.-эстетическое		Продолжать развивать выразительность и пластичность движений. Музыкально-ритмические упражнения с лентами, композиция «Зимушка-зимушка»	Досуг «Зимние забавы»	

	Физическое развитие	«ЗИМУШКА-ЗИМА»	Формировать умения: перестраиваться в колонны за направляющим, мягко приземляться при спрыгивании, принимать правильное ИП при метании вдаль. Упражнять в энергичном отталкивании при прыжках, перебрасывании мяча в парах, в сохранении равновесия при ходьбе по скамейке.		
ЯНВАРЬ	Социально-коммуникативное развитие	«ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ»	Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей	«Рождественские встречи»	Музыкальные руководители, воспитатели, учитель-логопед
	Речевое развитие		Заучивание стихов –колядок, выполнение ритмических движений под стихи.	Занятия «Зимние игры» «Веселое путешествие»	
	Художественно-эстетическое развитие		Музыкально-ритмические композиции «Зимушка», подвижные игры под музыку.		
	Познавательное		Формировать у детей знания о народных праздниках и традициях, о правилах дорожного движения.		
	Физическое развитие	Знатоки спорта (зимние виды спорта.)	Формировать умение: в ходьбе и беге между предметами; отбивать мяч о пол; в ходьбе по модулям боком, в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь руками. Упражнять в метании в горизонтальную цель, в подлезании под воротики, не касаясь руками пола.	Неделя здоровья	Музыкальные руководители, воспитатели, учитель-логопед
ФЕВРАЛЬ	Социально-коммуникативное развитие	«КАК НА МАСЛЯНОЙ НЕДЕЛЕ»	Формировать навык оценки поведения своего сверстника во время проведения игр.	Занятие «Игра с мячом»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность в процессе двигательной деятельности.	Досуг с родителями «А ну-ка, мальчики!»	Воспитатели, музыкальный руководитель
	Художественно-эстетическое развитие		Разучивание музыкально-ритмических композиций на основе фольклора.	Общий праздник на улице «Масленица»	Все педагоги и специалисты ДОУ
	Познавательное		Продолжать формировать представления о гендерных отличиях. Продолжать знакомить		

			детей с народными традициями через фольклорное творчество.		
	Физическое развитие	«ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА» «А ну – ка папы.»	Формировать у детей правильную осанку, знакомить с основами строевых упражнений, упражнять в катании мяча змейкой между предметами, ходить и бегать по кругу с изменением направления; перепрыгивать через шнуры, упражнять в прыжках на 1 ноге.	Праздник	
МАРТ	Социально-коммуникативное развитие	«Быстрые и ловкие»	Соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбе и беге по наклонной доске	Занятия «Весенний лес» «В поход»	
	Художественно-эстетическое развитие		Разучивание ритмического танца «У дедушки Егора», музыкально-ритмической игры «Платочки»		
	Познавательное		Продолжать знакомить детей с русскими народными сказками.		
	Речевое развитие	Третья неделя-неделя математики	Поощрять речевую активность в процессе двигательной деятельности, используя считалочки, стихи в подвижных играх.	Досуг «1.2.3.4.5. я иду играть.»	Воспитатели, учитель-логопед.
	Физическое развитие	Формировать умения: занимать и.п. при прыжках в высоту, правильной работе рук при отбивании мяча, упражнять в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь руками, с сохранением равновесия при расхождении вдвоем на доске.			
АПРЕЛЬ	Социально-коммуникативное развитие	«КОСМОНАВТЫ»	Соблюдать правила безопасного поведения при занятии на гимнастической скамейке, при подвижных играх с бегом.	Занятие «Школа космонавтов»	
	Речевое развитие		На основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей,.		
	Познавательное		Формировать знания детей о космонавтах и космических исследованиях.		

	Физическое развитие	Последняя неделя – День пожарной охраны	Формировать умения: энергично отталкиваться в прыжках в длину с места, выполнять замах при метании мешочка в цель, выполнять команды «направо», «налево», «кругом». Упражнять в выполнении команды по сигналу во время ходьбы и бега, в пролезании в группировке.	Досуг «Поиграем!»	
МАЙ	Социально-коммуникативное развитие	«НАШ СТАДИОН» - Неделя футбола. «ОСТОРОЖНО, ДОРОГА!»	Формировать навыки ролевого поведения, выступать в роли капитана команды	Занятие «Юные спортсмены» (диагностика)	
	Речевое развитие		Формировать умение договариваться об условиях игры, объяснять правила игры	Занятие по ОБЖ на улице (дорожный тренажер)	Музыкальный руководитель, воспитатели.
	Художественно-эстетическое развитие		Музыкально-ритмическая композиция «Колесики».		
	Познавательное		Продолжать формировать знания о правилах дорожного движения.		
	Физическое развитие		Закреплять умения: ходить и бегать со сменой ведущего, отбивать мяч, прыгать в длину с места, метать в горизонтальную и вертикальную цель.		

Комплексно- тематическое планирование. Старший возраст.

Месяц	Образовательные области	Темы/ направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Итоговая форма работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)	Взаимодействие со специалистами
СЕНТЯБРЬ	Социально-коммуникативное развитие	«Школа юных спортсменов»	Побуждать детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале	Тематическое развлечение «В лес за грибами» Досуг «Веселые мячи»	Все педагоги и воспитатели ДОУ
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, (проговаривание команд, рапорта капитанов). Обсуждать пользу физических упражнений, соблюдения режима дня		
	Художественно-эстетическое развитие		Добиваться четкого и ритмичного выполнения движений в танцевально-ритмической гимнастики, развивать выразительность движений		
	Познавательное развитие		Формировать интерес к здоровому образу жизни		
	Физическое развитие	Последняя неделя – неделя безопасности дорожного движения	Развивать навыки правильной работе кисти при прыжках через короткую скакалку. Развивать умения: сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, замах мяча при метании в цель, упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола со взмахом рук в прыжке в длину с места	Спортивно-музыкальный праздник на улице «Осенняя спартакиада» для детей старшего возраста	
ОКТ ЯБРЬ	Социально-коммуникативное развитие		Поощрять проявления смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений	Тематическое развлечение «В поход»	

	Речевое развитие	«Быть здоровыми хотим!»	Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.	Досуг «Осенние витамины»	Воспитатели
	Художественно-эстетическое развитие				
	Познавательное развитие		Совершенствовать представления детей о здоровом образе жизни, интерес к заботе о своем здоровье		
	Физическое развитие		Развивать умения: перестраиваться в колонну по два. Ходить приставным шагом по гимнастической скамейке, выполнять поворот во время ходьбы по сигналу		
Н О Я Б Р Ъ	Социально-коммуникативное развитие	Первая неделя – День народного единства	Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр	Тематические развлечения «Прыгуны» «Послушные мячи»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой		
	Художественно-эстетическое развитие		Развивать выразительность движений при выполнении комплекса ритмической гимнастики		
	Познавательное развитие		Развивать у детей интерес к укреплению своего здоровья через закаливающие процедуры		
	Физическое развитие	«Моя мама лучше всех!»	Совершенствовать умения: перебрасывать мяч в парах с отскоком от пола, отталкивания 1 ногой и приземления на 2 ноги при прыжках в высоту. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий, в отбивании мяча		
ДЕК А Б Р Ъ	Социально-коммуникативное развитие		Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время	Тематические развлечения	

		«Зимние забавы»	проведения игр, формирование дружеских отношений	«Зимние забавы»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу от катания на коньках и лыжах		
	Познавательное развитие		Продолжать развивать навыки детей в народных подвижных играх, с зимними видами спорта		
	Художественно-эстетическое развитие		Разучивание музыкально-ритмической композиции «Снежинка» «Мы катались на коньках»		
	Физическое развитие		Развивать умения ритмично лазать по гимнастической стенке, отбивать мяч на месте и в движении, Упражнять в броске в вертикальную мишень, в равновесии, в ползании по скамейке		
ЯНВАРЬ	Социально-коммуникативное развитие	«Моя страна, моя планета!»	Развивать навыки безопасного поведения в спортивном зале, во время подвижной игры	Досуг «Джунгли зовут» Тематические развлечения «В страну Деда Мороза»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу прогулок на свежем		
	Художественно-эстетическое развитие		воздухе на здоровье человека. Обогащать словарный запас детей спортивными терминами, видами спорта.		
	Познавательное		Продолжать формировать знания о зимних видах спорта, об Олимпийских традициях		
	Физическое развитие	Последняя неделя – Неделя здоровья	Развивать умение: лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет	«Зимний стадион»	Музыкальные руководители

ФЕВРАЛЬ	Социально-коммуникативное развитие	«Защитники Отечества!» «Масленица»	Развивать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр	Досуг, посвященный Дню защитника отчества Гуляние на улице «Масленица пришла!»	Музыкальные руководители, учитель-логопед, психолог
	Речевое развитие		Проговаривать команды для строевых упражнений (Кругом, направо, налево)		
	Художественно-эстетическое развитие		Музыкально-ритмическая композиция с флажками		
	Познавательное развитие		Совершенствовать знания о празднике Дне защитника Отечества, совершенствовать знания детей с родами войск		
	Физическое развитие		Развивать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метать мяч в вертикальную цель. Лазать по гимнастической стенке		
МАРТ	Социально-коммуникативное развитие	«Мама, папа, я - спортивная семья!» Третья неделя-неделя математики	Поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений	Тематические развлечения «Спортивные забеги» Досуг «1.2.3.4.5. я иду играть.»	Музыкальный руководитель
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, при обсуждении правил игры		
	Художественно-эстетическое развитие				
	Познавательное развитие				
	Физическое развитие		Развивать навык: ходить с мешочком на голове, прыгать в высоту с разбега, развивать координацию движений при прыжках через короткую скакалку		
АПР ЕЛЬ	Социально-коммуникативное развитие		Развивать навык ролевого поведения, выступать в роли капитана команды	Тематическое развлечение «Школа космонавтов»	

	Познавательное развитие	«Наша планета Земля!»	Совершенствовать знания у детей об истории космических исследований в нашей стране	Досуг «Космическое путешествие на Луну»	Учитель-логопед
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности		
	Художественно-эстетическое развитие	Последняя неделя – День пожарной охраны	Развивать умение: прыгать с короткой скакалкой, бегать на скорость челночным бегом. Развивать ловкость и координацию движений при прохождении полосы препятствий		
	Физическое развитие				
МАЙ	Социально-коммуникативное развитие	«Мой друг светофор!»	Развивать навык ролевого поведения, выступать в роли капитана команды	Тематическое развлечение «Осторожно, дорога!»	
	Речевое развитие		Развивать умение договариваться об условиях игры, объяснять правила игры, развивать умение детей общаться спокойно без крика. Признавать и оценивать свои ошибки		
	Художественно-эстетическое развитие		Совершенствование знаний о правилах дорожного движения		
	Познавательное развитие		Развивать умение: прыгать в длину с разбега, метать мяч в вертикальную цель, отбивать мяч на месте и с продвижением вперед		
	Физическое развитие	Досуг «Школа мяча»			
Июнь	Социально-коммуникативное развитие		Развивать навык ролевого поведения, выступать в роли капитана команды	Интегрированное занятие	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обогащать словарный запас детей	«Закаляйся детвора»	

	Художественно-эстетическое развитие	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»	Совершенствование музыкально-ритмических композиций с мячами	Праздник « 1 июня День защиты детей!»	Педагог психолог, учитель-логопед, музыкальный руководитель
	Познавательное развитие		Продолжать систематизировать знания об олимпийском движении, истории олимпийских игр		
	Физическое развитие		Формировать навык: слитного выполнения прыжка в длину, прыжков через скакалку. Развивать координацию движений при ходьбе по наклонной доске, отбивании мяча с броском в баскетбольную корзину		
Июль	Социально-коммуникативное развитие	«Разноцветный мир!»	Поощрять проявление у детей желание добиваться результата в выполнении задания, оценивать свой результат и успехи своих товарищей	Тематическое развлечение «День семьи»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обогащать словарный запас детей		
	Художественно-эстетическое развитие		Добиваться четкого и ритмичного выполнения движений в танцевально-ритмической гимнастики, развивать выразительность движений		
	Познавательное развитие		Продолжать систематизировать знания о народных подвижных играх		
	Физическое развитие		Совершенствовать навык: ходьбы по канату, прыжков в длину с разбега, бросания мешочка в горизонтальную цель, лазания по гимнастической скамейке с переходом по диагонали на другой пролет. Развивать силу и ловкость в ползании «паучком», преодолении полосы препятствий		
			Досуг «Игры – эстафеты»	Музыкальный руководитель	
Август	Социально-коммуникативное развитие		Помочь детям проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие, готовность прийти на помощь).	Тематическое развлечение	Педагог психолог, учитель-

		«Летние виды спорта»	Выполнять задания в команде, согласовывая свои действия с товарищами	«Осторожно, дорога!»	логопед, музыкальный руководитель
Речевое развитие	Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обогащать словарный запас детей				
Художественно-эстетическое развитие	Освоение новых танцевальных движений				
Познавательное развитие	Закреплять у детей интерес к укреплению своего здоровья через закаливающие процедуры.				
Физическое развитие	Формировать навык: слитного выполнения прыжка в длину, прыжков через скакалку				
				Досуг «Летние виды спорта»	

Комплексно- тематическое планирование. Подготовительная к школе группа.

Месяц	Образовательные области	Темы/ направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Итоговая форма работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)	Взаимодействие со специалистами
СЕНТЯБРЬ	Социально-коммуникативное развитие	«НАШИ ДРУЖНЫЕ СПОРТСМЕНЫ»	Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр.	Тематическое развлечение «Наш веселый стадион»»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.		
	Художественно-эстетическое развитие		Совершенствование музыкально-ритмической композиции «Зарядка»		
	Познавательное развитие		Продолжать развивать у детей интерес к укреплению своего здоровья через закаливающие процедуры		
	Физическое развитие	Последняя неделя – неделя безопасности дорожного движения	Совершенствовать навык: ходьбы и бега с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов. Развивать точность броска мяча в вертикальную цель, упражнять в отбивании мяча на месте.	Досуг «Школа мяча»	
ОКТАБРЬ	Социально-коммуникативное развитие		Побуждать детей оценивать свои действия во время подвижных игр, переживать за товарищей по команде. Вызывать интерес к заботе о своем здоровье, здоровому образу жизни.		

	Речевое развитие	«ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ»	Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.	Досуг «Секреты здоровья»	Воспитатели, учитель-логопед.
	Художественно-эстетическое развитие		Совершенствовать у детей интерес к укреплению своего здоровья через закаливающие процедуры		
	Познавательное развитие		Классифицировать знания о здоровом образе жизни.		
	Физическое развитие		Формировать умение: прыгать вверх из глубокого приседа, отбивать мяч в движении по кругу. Развивать координацию движения при лазании по гимнастической стенке, выносливость при беге.		
НОЯБРЬ	Социально-коммуникативное развитие	Первая неделя – День народного единства	Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр.	Тематическое развлечение «В гостях у сказки»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой		
	Художественно-эстетическое развитие		Музыкально-ритмические композиции: подготовка к концерту, посвященному Дню матери.		
	Познавательное развитие		Продолжать систематизировать знания о народных подвижных играх		

	Физическое развитие	«ОСЕННИЕ СКАЗКИ» «ДЕНЬ МАТЕРИ»	Совершенствовать навык: ходьбы по канату, прыжков в длину с разбега, бросания мешочка в горизонтальную цель, лазания по гимнастической скамейке с переходом по диагонали на другой пролет. Развивать силу и ловкость в ползании «паучком», преодолении полосы препятствий.	Досуг с родителями, посвященный Дню матери «Посиделки с мамами»	Музыкальный руководитель, учитель-логопед, психолог
ДЕКАБРЬ	Социально-коммуникативное развитие	«ЗДРАВСТВУЙ ЗИМУШКА ЗИМА!»	Поощрять проявления смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упр.	Тематическое занятие «Народные спортивные игры»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой, влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.		
	Художественно-эстетическое развитие		Совершенствование музыкально-ритмических композиций с лентами		
	Познавательное развитие		Продолжать систематизировать знания об олимпийском движении, истории олимпийских игр, зимних видах спорта.		
	Физическое развитие		Совершенствовать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры, .Упражнять в прыжках через короткую скакалку; в отбивании мяча со сменой рук; в ползании по гимнастической скамейке; в прыжках в высоту с разбега.	Досуг «Зима пришла.»	

ЯНВАРЬ	Социально-коммуникативное развитие	Последняя неделя – Неделя здоровья «ЗНАТОКИ СПОРТА» «ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ»	Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр.	Досуг Игра по станциям «Что мы знаем о спорте»	Педагог психолог, учитель-логопед, музыкальный руководитель
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.		
	Художественно-эстетическое развитие		Добиваться четкого и ритмичного выполнения движений в танцевально-ритмической гимнастики, развивать выразительность		
	Познавательное развитие		Совершенствовать знания о зимних видах спорта, об Олимпийских традициях.		
	Физическое развитие		Совершенствовать навык: ходьбы приставным шагом; прыжков в длину с разбега на мягкое покрытие; Развивать ловкость и координацию в упр. с мячом.		
ФЕВРАЛЬ	Социально-коммуникативное развитие	«ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА»	Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр.	Тематическое развлечение «Мы теперь солдаты!» Спортивный праздник с родителями	Педагог психолог, учитель-логопед, музыкальный руководитель
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.		
	Художественно-эстетическое развитие		Совершенствование музыкально-ритмических композиций с обручами.		
	Познавательное развитие				
	Физическое развитие		Совершенствовать навык: в пролезании в обруч; энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия. Совершенствовать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель.		

			Совершенствовать ловкость и координацию движений в эстафетных играх с пролезанием и преодолением препятствий.		
МАРТ	Социально-коммуникативное развитие		Создать ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)	Тематическое развлечение «Веселые эстафеты» Досуг « А ну-ка, девочки!» Досуг «1.2.3.4.5. я иду играть.»	Психолог, воспитатели
	Речевое развитие	«ЗДРАВСТВУЙ ВЕСНА!» « МАМИН ДЕНЬ!» Третья неделя-неделя математики	Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.		
	Художественно-эстетическое развитие		Ритмическая композиция «Диско»: развитие пластичности, освоение новых танцевальных движений.		
	Познавательное развитие		Закреплять у детей интерес к укреплению своего здоровья через закаливающие процедуры.		
	Физическое развитие		Совершенствовать навык: вращения обруча на руке и на полу, в отбивании мяча с продвижением. Упражнять в забрасывании мяча в корзину, в прыжках через препятствие.		
АПРЕЛЬ	Социально-коммуникативное развитие		Помочь детям проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие, готовность прийти на помощь). Выполнять задания в команде, согласовывая свои действия с товарищами.	Интегрированное занятие «Большое космическое путешествие»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обогащать словарный запас детей.		

	Художественно-эстетическое развитие	«ЗАГАДОЧНЫЙ КОСМОС»	Добиваться четкого и ритмичного выполнения движений в танцевально-ритмической гимнастики, развивать выразительность движений.	Досуг «Мы пожарные!»	Учитель – логопед, воспитатели.
	Познавательное развитие		Продолжать систематизировать знания о космосе, планетах и звездах, исследованиях космического пространства		
	Физическое развитие		Формировать навык: слитного выполнения прыжка в длину, прыжков через скакалку. Развивать координацию движений при ходьбе по наклонной доске, отбивании мяча с броском в баскетбольную корзину.		
МАЙ	Социально-коммуникативное развитие	СТРАНА СПОРТДАНДИЯ!»	Поощрять проявление у детей желание добиваться результата в выполнении задания, оценивать свой результат и успехи своих товарищей.	Тематическое развлечение «Веселые соревнования»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности		
	Художественно-эстетическое развитие		Совершенствование музыкально-ритмической композиции		
	Познавательное развитие		Систематизировать знания о весенних изменениях в природе.		
	Физическое развитие		Оценить полученные навыки и умения: Метание в вертикальную цель, прыжки в длину с места и через короткую скакалку, отбивание мяча. Учить правилам спортивной игры «Пионербол».		
	Социально-коммуникативное развитие	«СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ И ВОДА – НАШИ ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ!»	Развивать навык ролевого поведения, выступать в роли капитана команды.	Интегрированное занятие «Закаляйся детвора.»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обогащать словарный запас детей.		

	Художественно-эстетическое развитие		Совершенствование музыкально-ритмических композиций с мячами.		
	Познавательное развитие		Продолжать систематизировать знания об олимпийском движении, истории олимпийских игр,		
	Физическое развитие		Формировать навык: слитного выполнения прыжка в длину, прыжков через скакалку. Развивать координацию движений при ходьбе по наклонной доске, отбивании мяча с броском в баскетбольную корзину.	Праздник « 1 июня День защиты детей!»	Педагог психолог, учитель-логопед, музыкальный руководитель.
ИЮЛЬ	Социально-коммуникативное развитие	«РАЗНОЦВЕТНЫЙ МИР!»	Поощрять проявление у детей желание добиваться результата в выполнении задания, оценивать свой результат и успехи своих товарищей.	Тематическое развлечение «День семьи»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обогащать словарный запас детей.		
	Художественно-эстетическое развитие		Добиваться четкого и ритмичного выполнения движений в танцевально-ритмической гимнастики, развивать выразительность движений.		
	Познавательное развитие		Продолжать систематизировать знания о народных подвижных играх		
	Физическое развитие		Совершенствовать навык: ходьбы по канату, прыжков в длину с разбега, бросания мешочка в горизонтальную цель, лазания по гимнастической скамейке с переходом по диагонали на другой пролет. Развивать силу и ловкость в ползании «паучком», преодолении полосы препятствий.		

АВГУСТ	Социально-коммуникативное развитие	«ЛЕТНИЕ ВИДЫ СПОРТА.»	Помочь детям проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие, готовность прийти на помощь). Выполнять задания в команде, согласовывая свои действия с товарищами	Тематическое развлечение по ОБЖ «Осторожно, дорога!»	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обогащать словарный запас детей.		
	Художественно-эстетическое развитие		Освоение новых танцевальных движений.		
	Познавательное развитие		Закреплять у детей интерес к укреплению своего здоровья через закаливающие процедуры.		
	Физическое развитие		Формировать навык: слитного выполнения прыжка в длину, прыжков через скакалку.		

2.9 Способы и направления поддержки детской инициативы

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие - это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается и ошибками в том числе.

Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;
- инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;
- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;
- познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

2.10. Взаимодействие с семьями воспитанников

Педагогический мониторинг

Учитывая формирующиеся образовательные запросы родителей, педагог стремится учесть их пожелания, узнать их возможности в совместном воспитании дошкольников. С этой целью он проводит беседы с родителями, анкетирование. Такая диагностика предваряет внесение изменений в различные аспекты педагогического процесса ДОУ, требующих участия и поддержки семьи.

Педагогическая поддержка

педагог организует разные формы взаимодействия — семинары, выставки.

Педагогическое образование родителей

Осуществляя педагогическое образование родителей, воспитатель учитывает развивающиеся возможности родителей и детей, помогает родителям устанавливать партнерские взаимоотношения с дошкольниками, увидеть перспективы их будущей жизни. Для этого он организует такие встречи с родителями, «Здоровье и ум через игру», «Как воспитать здорового ребенка», «Скоро в школу». В ходе реализации образовательных задач воспитатель использует такие формы, которые помогают занять родителю субъектную позицию, — тренинги, анализ реальных ситуаций, показ и обсуждение видеоматериалов. Развивая педагогическую компетентность родителей, помогая сплочению родительского коллектива, воспитатель продолжает содействовать деятельности родительских клубов.

Совместная деятельность педагогов и родителей

Опираясь на интерес к совместной деятельности, развивающиеся творческие умения детей и взрослых, педагог делает родителей активными участниками разнообразных встреч, викторин, вечеров досуга, музыкальных салонов и творческих гостиных.

Итоговой формой сотрудничества с родителями в старшей группе может стать День семьи, в ходе которого каждая семья планирует и совместно с детьми презентацию своей семьи и организует различные формы совместной деятельности — игры, конкурсы, викторины, сюрпризы, совместное чаепитие детей и взрослых.

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.

3.1. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников (занятия по физическому развитию)

Работа по физическому развитию проводится с учётом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников и в соответствии с требованиями Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"»; и Постановление, Санитарноэпидемиологические правила Главного государственного санитарного врача России от 30.06.2020 №№ 16, 3.1/2.4.3598-20 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598- 20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)".

Возрастная группа	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Продолжительность частей занятия			Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю
		Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	
2-я младшая группа	15 мин	1,5 мин	12 мин.	1,5 мин	3
Средняя группа	20 мин	3 мин.	16 мин.	1 мин.	3
Старшая группа	25 мин	4 мин.	19мин.	2 мин.	3

Подготовительная к школе группа	30 мин	5 мин.	22 мин.	3 мин.	3
--	--------	--------	---------	--------	----------

3.2. Создание развивающей предметно- пространственной среды

Среда зала построена с учётом стимулирования физической активности детей, желания двигаться, познавать, побуждает к подвижным играм (см.паспорт спортивного зала). Совместно с воспитателями в каждой возрастной группе создан центр движения. Оснащение центра постоянно сменяется (в соответствии с задачами)

3.3. Структура реализации образовательной деятельности

Виды деятельности Технологии	Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятель ная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей	Индивидуальный маршрут развития ребенка
Закаливающие процедуры (н-р, ходьба босиком по ребристым дорожкам). Гимнастика (утренняя, бодрящая, дыхательная). Пальчиковые игры. Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок. Подвижные игры. Игры-имитации, хороводные игры. Дидактические игры. Свободное общение, ситуативные разговоры с детьми о физической культуре и спорте. Рассказы, беседы, чтение и обсуждение познавательных книг о физкультуре и спорте.	<i>Физкультурные занятия (сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера)- 2-3 раза в неделю.</i> Физминутки и динамические паузы Физические упражнения. Подвижные игры, игры с элементами спорта, игры-соревнования. Игры-имитации, хороводные игры. Специальные	Рассматривание иллюстраций о физической культуре и спорте. Настольно-печатные игры. Подвижные игры, игры с элементами спорта. Игры-имитации, хороводные игры. Физические упражнения. Отражение впечатлений о физкультуре и спорте в продуктивных видах деятельности. Двигательная активность во всех видах самостоятельной	«Гость группы» (встречи с интересными людьми: спортсменами, учителем физкультуры в школе и др.) Физкультурные досуги и праздники («Путешествие в Спортландию», «Веселые старты»). Семейные проекты (н-р, «Папа, мама, я – спортивная семья»). Маршруты выходного дня (туристические прогулки, секции, клубы и др.) <i>Психолого-педагогическое</i>	Наблюдение. Диагностика. Индивидуальная работа. Контроль.

<p>Рассматривание иллюстраций. Игровые беседы с элементами движений. Создание коллажей, тематических альбомов. Изготовление элементарных физкультурных пособий: флажков, мишеней для метания и др. Физкультурные досуги и праздники. Проектная деятельность: «Олимпийские чемпионы нашего города»; «Спортивные сооружения нашего города» и др. Дни и недели здоровья.</p>	<p>оздоровительные (коррекционно-оздоровительные) игры. Пальчиковые игры. Ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку. Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок.</p>	<p>деятельности детей.</p>	<p><i>просвещение через организацию активных форм взаимодействия:</i> Родительский клубы: «Навстречу друг другу» «непоседы», (физкультура вместе с мамой и папой), «Клуб любителей туризма», «Клуб любителей плавания». Вечера вопросов и ответов. Устные педагогические журналы («Мальчики и девочки – два разных мира», «Физическая готовность к школе»). И др.</p>	
---	--	----------------------------	---	--

3.4. Комплексная система физкультурно- оздоровительной работы

Разделы и направления работы	Группы	Ответственный
1. Использование вариативных режимов дня и пребывания в ГБДОУ		
Типовой режим дня по возрастным группам	Все группы	Заведующий
Индивидуальный режим дня		Зам. зав. по ВОР
Коррекция й нагрузки		медсестра
2. Психологическое сопровождение развития		
Создание психологически комфортного климата в ГБДОУ	Все группы	Заведующий
Обеспечение педагогами положительной мотивации всех видов детской деятельности		Зам. зав. по ВОР
Личностно- ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми		Воспитатели
Формирование основ коммуникативной деятельности у детей		Врач
Диагностика и коррекция развития		
Медико- педагогическая поддержка ребёнка в адаптационный период		
3. Разнообразные виды организации двигательной активности		
Регламентированная деятельность		
Утренняя гимнастика	Все группы	Инструктор по физической культуре
Бодрящая гимнастика		
Занятия по физическому развитию		
Динамические паузы	Кроме групп раннего и младшего возраста	медсестра Зам. зав. по ВОР
Частично регламентированная деятельность (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации)		
Спортивные досуги	Все группы	
Спортивные игры		

Подвижные игры на воздухе и в помещении		Инструктор по физической культуре медсестра Зам. зав. по ВОР
Дни здоровья		
Спортивные праздники	Кроме групп раннего возраста	
<i>Нерегламентированная деятельность</i>		
Самостоятельная двигательная деятельность	Все группы	Воспитатели
<i>4. Система работы с детьми по формированию основ здорового образа жизни</i>		
Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья	Все группы	Воспитатели Инструктор по физической культуре Зам. зав. по ВОР
Воспитание общих и гигиенических навыков, интересов и любви к физической активности		
Формирование основ безопасности жизнедеятельности		
<i>5. Оздоровительное и профилактическое сопровождение</i>		
Режим теплового комфорта в выборе одежды для каждой возрастной группы	Все группы	Воспитатели Зам. зав. по ВОР медсестра
Режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна		
Местные и общие воздушные ванны		
Дыхательные комплексы		
Закаливающие		
Световоздушные и солнечные ванны в весенне- летний сезон		
Хождение по мокрым дорожкам		
Водные процедуры-в весенне- летний сезон		
Профилактические		
Профилактика ОРВИ и гриппа		
Комплексы профилактики нарушения осанки и плоскостопия	Все группы	
Профилактика нарушения зрения		

Профилактика кариеса	Кроме групп раннего возраста	
6. ГБДОУ питания		
Сбалансированное питание в соответствии с действующими нормами	Все группы	медсестра
Щадящий стол	Дети-аллергики	

Двигательный режим разработан с учётом действующих санитарно-эпидемиологических правил и нормативов. Двигательный режим обеспечивает рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

3.5.Режим двигательной активности (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации)

№	Содержание	Особенности организации		
1. Физкультурно- оздоровительная деятельность				
1.1.	Утренняя гимнастика	Младшая группа	Средняя группа	Старшая и подготовительная группа
Ежедневно, длительностью 10 минут				
1.2.	Двигательная разминка	Ежедневно между периодами непрерывной образовательной деятельности (с преобладанием статических поз) не менее 10 минут.		
1.3.	Физкультминутка	Постоянно, по мере необходимости в зависимости от вида и содержания образовательной деятельности. Длительностью от 3-5 минут.		
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 10- 15 минут.	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 20- 25 минут.	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 25- 30 минут.
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 10-12 минут.	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 12-15 минут.	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 12-15 минут.
1.6.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с	Ежедневно, во время пробуждения и подъёма детей. Длительностью от 5- 7 минут.		

	контрастными воздушными ваннами.			
2. Занятия				
2.1.	Физическое развитие детей	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более 15 минут.	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более 20 минут.	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более от 25 до 30 минут.
3. Самостоятельная образовательная деятельность				
3.1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.		
4. Физкультурно- массовые мероприятия (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации)				
4.1.	Неделя здоровья (во время школьных каникул)	Два- три раза в год (последняя неделя квартала)		
4.2.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц. Длительностью не более 20 минут.	1-2 раза в месяц. Длительностью 20 минут.	1-2 раза в месяц. Длительностью 40 минут.
4.3.	Физкультурно- спортивные праздники	2-3 раза в год. Длительностью не более 40 минут.	2-3 раза в год. Длительностью не более 60 минут.	2-3 раза в год. Длительностью не более 60 минут.
4.4.	Игры – соревнования между группами	-	1-2 раза в год на воздухе или в зале. Длительностью не более 30 минут.	1-2 раза в год на воздухе или в зале. Длительностью не более 30 минут.
5. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ГБДОУ и семьи				
5.1.	Индивидуальные консультации	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.		
5.2.	Физкультурные мероприятия детей совместно с родителями	Согласно Плана работы с родителями. По желанию родителей и детей		
5.3.	Участие родителей в физкультурно- оздоровительной работе	Во время подготовки и проведения досугов, праздников, недели здоровья,...		

3.6.Формы закаливания

в соответствии с инструкцией и учётом индивидуальных особенностей детей.

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (мин. в день)			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7/8 лет
Утренняя гимнастика (в теплую погоду – на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально			
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босоногохождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т.п.	до 15 мин	до 20мин	до 25 мин	до 30 мин
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание свето-воздушной ванны с физическими упражнениями	до 15 мин	до 20 мин	до 25 мин	До 30 мин

3.7. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года). - М.:Мозаика–Синтез, 2015г.
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя групп (4-5 лет). - М.:Мозаика–Синтез, 2015г.
3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет). - М.:Мозаика–Синтез, 2015г.
4. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду:Подготовительная к школе группа (6-7 лет). - М.:Мозаика–Синтез, 2015г.
5. М.М. Борисова Малоподвижные игры и игровые упражнения: для занятий с детьми 3-7 лет.-М.:МОЗАИКА-СИН-ТЕЗ,2014г.-48 с.
6. Нищева Н. В. Подвижные и дидактические игры на прогулке — СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2013г.
7. Югова М.Р. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3-7 лет: планирование, занятия, игры/авт.-сост. М.Р. Югова.-Волгоград: Учитель, 2016г.-137 с.
8. Реализация образовательной области «Физическое развитие»/ Г.Ю. Байкова, В.А. Моргачева- Волгоград: Учитель, 2015г.
9. Гуменюк Е.И., Слисенко Н.А. Недели здоровья в детском саду: метод. пособие. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013г.-160 с.
10. Физическое развитие дошкольников. Часть 1. Охрана и укрепление здоровья/Под ред. Н.В. Микляевой.-М.: ТЦ Сфера, 2015г.-144 с.
11. Физическое развитие дошкольников. Часть 2. Формирование двигательного опыта и физических качеств/Под ред. Н.В. Микляевой.-М.: ТЦ Сфера, 2015г.-176 с.
12. Проект образовательной программы «Энциклопедия здоровья». Модель взаимодействия ДОО и семьи/авт.-сост.Т.В. Гулидова, Н.А. Мышкина, И.Н. Недомеркова.-Волгоград: Учитель, 2016г.-77 с.
13. Взаимодействие детского сада с семьёй в физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников. Семейные праздники, физкультурные занятия, консультации для родителей/авт.-сост. Т.В. Гулидова, Н.А. Осипова.-Волгоград: Учитель, 2016г. -73 с
14. Агаджанова С.Н. Закаливание организма ребёнка. Советы врача.-СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2014г.-16 с.: ЦВ.ИЛ.- (Информационно-деловое оснащение ДОУ)
15. Ю.А. Кириллова О здоровье -всерьёз Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у дошкольников.-СПб.:
16. «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014г.-18 с.: ЦВ.ИЛ - (Информационно-деловое оснащение ДОУ)
17. Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6-7 лет: профилактика и лечение
18. Нищева Н. В. Веселая мимическая гимнастика — СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013г.
19. Нищева Н. В. Подвижные и дидактические игры на прогулке — СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2013г.
20. Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в дошкольной образовательной организации – СПб ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО « ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2014г.
21. Маханева, М.Д. Воспитание здорового ребенка : Пособие для практ. работников дет. дошк. Учреждений 2002г. АРКТИ, 1997